



الأيام البيضاء

الحمد لله رب العالمين، مفضل الأماكن والأزمان على بعضها بعضا، والصلاة والسلام على نبينا محمد وعلى آله وصحبه

الثلاثة أيام البيض أطلق عليهن ذاك الوصف لبياض القمر في لياليهن. ويستحب صيام ثلاثة أيام من كل شهر والأفضل أن تكون الأيام البيض وهي **الثالث عشر والرابع عشر والخامس عشر**.

فعن أبي هريرة رضي الله عنه قال: (أوصاني خليلي بثلاث لا أدعهن حتى أموت صوم ثلاثة أيام من كل شهر وصلاة الضحى ونوم على وتر). [رواه البخاري]

وعن عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما قال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم:

(**وإن بحسبك أن تصوم كل شهر ثلاثة أيام ؛ فإن لك بكل حسنة عشر أمثالها فإن ذلك صيام الدهر كله**) [رواه البخاري].

وعن أبي ذر قال: "قال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم: (إذا صمت شيئاً من الشهر فصم ثلاث عشرة وأربع عشرة وخمس عشرة) [رواه الترمذي].

ورد في الحديث أن النبي صلى الله عليه وسلم أوصى أبا هريرة - رضي الله عنه (بصيام ثلاثة أيام من كل شهر فمتى تصام هذه الأيام ؟ وهل هي متتابعة ؟ . هذه الأيام الثلاثة يجوز أن تصام متوالية أو متفرقة ، ويجوز أن تكون من أول الشهر ، أو من وسطه ، أو من آخره ، والأمر واسع والله الحمد ، حيث لم يعين رسول الله صلى الله عليه وسلم . وقد سئلت عائشة - رضي الله عنها - : أكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يصوم من كل شهر ثلاثة أيام ؟ قالت : " نعم " ، فقيل : من أي الشهر كان يصوم ؟ قالت : لم يكن يبالي من أي الشهر يصوم) [رواه مسلم].

لكن اليوم الثالث عشر والرابع عشر والخامس عشر أفضل ، لأنها الأيام البيض .



(1) للصائمين باب لا يدخل منه أحد غيرهم. عن سهل بن سعد عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: (**إن في الجنة باباً يقال له الريان يدخل منه الصائمون يوم القيامة لا يدخل معهم أحد غيرهم يقال أين الصائمون فيدخلون منه فإذا دخل آخرهم أغلق فلم يدخل منه أحد**) [متفق عليه].

(2) رائحة فم الصائم أطيب عند الله من ريح المسك. قال النبي صلى الله عليه وسلم: (**والذي نفس محمد بيده لخلوف فم الصائم أطيب عند الله يوم القيامة من ريح المسك**) [متفق عليه].

(3) له فرحة عند فطره. عن أبي هريرة رضي الله عنه قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (**كل عمل ابن آدم يضاعف الحسنة عشر أمثالها إلى سبعمائة ضعف قال الله عز وجل إلا الصوم فإنه لي وأنا أجزي به يدع شهوته وطعامه من أجلي للصائم فرحتان فرحة عند فطره وفرحة عند لقاء ربه ولخلوف فيه أطيب عند الله من ريح المسك**) [رواه مسلم].

(4) أن الصوم يهذب النفس ويدربها على الجوع والعطش والصبر، وكذلك الإحساس بأحوال إخواننا المسلمين اللذين لا يجدون ما يأكلون ولا ما يشربون.

(5) إن الصائم ينوي بصومه احتساب الأجر عند الله على الصبر بالصيام، قال تعالى: ﴿ **إِنَّمَا يُوفَى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ** ﴾ [الزمر].



عن عبد الله بن عمرو بن العاص رضي الله عنهما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: (**الصيام والقرآن يشفعان للعبد يوم القيامة يقول الصيام أي رب منعته الطعام والشهوات بالنهار فشفّعني فيه ويقول القرآن منعته النوم بالليل فشفّعني فيه قال فيشفعان**) [رواه الإمام أحمد].

تذكرة بصيام الثلاثة أيام البيض

والمعلوم أنها سنة مؤكدة عن النبي صلى الله عليه وسلم، وصيامها كصيام الدهر كله
حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ عَنْ زَيْدِ بْنِ أَبِي أَنَسَةَ عَنْ أَبِي إِسْحَاقَ عَنْ جَرِيرِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ:
(صِيَامُ ثَلَاثَةِ أَيَّامٍ مِنْ كُلِّ شَهْرٍ صِيَامُ الدَّهْرِ، وَأَيَّامُ الْبَيْضِ صَبِيحَةُ ثَلَاثَ عَشْرَةَ وَأَرْبَعَ عَشْرَةَ وَخَمْسَ عَشْرَةَ) [رواه النسائي].

والثلاثة أيام البيض أطلق عليهن ذاك الوصف لبياض القمر في لياليهن
ويشرح العلماء كيف أن صيام ثلاثة أيام من كل شهر بانتظام كصيام الدهر كله
فانطلاقاً من قاعدة الحسنه بعشر أمثالها فصيام الأيام الثلاثة يعدل صيام ثلاثين يوماً، أي شهر كامل
وهكذا كل شهر فكأنه صيام للدهر كله وهي الأيام 13 و 14 و 15 من كل شهر قمري .

الفوائد العلمية في صيام الثلاثة أيام البيض:

قام أحد الاطباء بمحاولة حيث أوضح أن هناك ارتباطاً قوياً بين اكتمال دورة القمر وأعمال العنف لدى البشر واتضح له من التحليلات
والاحصائيات البيانية التي قام بها والتي حصل عليها من سجلات الحوادث في المستشفيات ومراكز الشرطة بعد ربط تواريخها بالأيام القمرية
أن معدلات الجرائم وحالات الانتحار وحوادث السيارات المهلكة مرتبطة باكتمال دورة القمر، كما أن الافراد الذين يعانون عدم الاستقرار
النفسي والاضطرابات النفسية ومرضي ازدواج الشخصية، والمسنين أكثر عرضة للتأثر بضوء القمر، كما اشارت الدراسات إلى أن أكبر نسبة
للطلاق والمخاضات العنيفة تكون في منتصف الشهر عند اكتمال القمر. أخذ الدكتور يفكر عن سبب معقول لهذه الظاهرة وتفسير علمي
معقول ومقبول لنتائجها، فقال إن مياه المحيطات والبحار تتأثر تأثراً ملحوظاً بجاذبية القمر
(في عملية المد والجزر) وبما أن جسم الانسان تشكل المياه فيه نسبة تزيد علي 80% من مكوناته ممثلة في سوائل الانسجة والخلايا والدم..
فلا يستبعد إذن إن يتأثر بجاذبية القمر..

الحكمة من صيام أيام البيض:

ومن هنا كان (الإعجاز النبوي) بالوصية، بصيام أيام البيض، وذلك لتفادي تلك الحالات المرضية الخطيرة، والجرائم المريعة،
والحوادث الفظيعة. فالصيام بالإضافة إلى أنه: عبادة وأجر وطاعة وثواب عظيم للمسلم، فإنه أيضاً وقاية وسعادة وصحة ورحمة بالإنسان.
الله أكبر!!! حقا إنه -صلى الله عليه وسلم- الرحمة المهداة من رب العزة، الذي قال فيه: ﴿وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ﴾ [الأنبياء].

العلاج النبوي

ومن هنا نلتمس العلاج النبوي لحل مثل هذه الظاهرة المتمثل في.. أتعرفون ماذا؟.. صيام الأيام البيض من كل شهر قمري (13.14.15).
فلعل من الحكمة في هذا أن الصيام بما فيه من امتناع عن تناول الطعام والماء يعمل على خفض نسبة الماء في الجسم خلال هذه الفترة التي
يبلغ تأثير القمر فيها علي الانسان مداه، فيكتسب الانسان من وراء ذلك الصفاء النفسي والاستقرار، ويتفادي تأثير الجاذبية، وفي ذلك من
الاعجاز العلمي للسنة ما فيه..

وسبحان الله فإن الصوم وسيلة للسيطرة علي قوى النفس حتي لا يقع الانسان في معصية، فيتقرب إلي الله به، ويسيطر علي قوى جسده
ونزعاتها.. وتحصل له بذلك الراحة والصحة النفسية التي يتمتعها كل انسان فسبحان الله!! ما أعظم صنعه وتديره...
فهنيئاً لمن تقرب إلى الله بفعل النوافل وخشع قلبه ولانت جوارحه لله فالأجر الجنة وما أعظمه من أجر، فهيا
إلى روضات الجنات بالإخلاص وعبادة الله والتقرب إليه ولنهتم بأمر الصيام صيام النوافل فهو أعظم
العبادات أجراً،

وفقنا الله للصالحات للاستعداد لهذه الايام العظيمة .

فائدة:

ويقول المصطفى صلى الله عليه وسلم في حديث عظيم وقفت عليه، فيقول (العبادة في الهرج كهجرة إلي) [رواه مسلم].
والايام البيض وصيامها يدخل ضمن هذا الحديث.

سبحانك اللهم وبحمدك، أشهد ألا إله إلا أنت .

أستغفرك وأتوب إليك